
Subject: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [fixt](#) on Sun, 17 Sep 2006 01:11:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

und viel sport den Testosteronspiegel senkt? Hab das gelesen auf einer Seite aber das hört sich doch irgendwie unlogisch an oder?

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Raiders-Fan](#) on Sun, 17 Sep 2006 11:52:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab gelesen das wenig schlaf den Testospiegel erhöht

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Gast](#) on Sun, 17 Sep 2006 12:00:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hunter schrieb am Son, 17 September 2006 13:52Ich hab gelesen das wenig schlaf den Testospiegel erhöht

Lies mal etwas anderes...

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Raiders-Fan](#) on Sun, 17 Sep 2006 12:28:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

gib mir studien oder einen link der mir das gegenteil beweist

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Gast](#) on Sun, 17 Sep 2006 12:29:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hunter schrieb am Son, 17 September 2006 14:28gib mir studien oder einen link der mir das gegenteil beweist

Was bekomme ich dafür?

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [tvtotalfan](#) on Sun, 17 Sep 2006 12:35:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenig schlaf senkt Testo, viel Sport erhöht Test (aber nur geringfügig).

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Raiders-Fan](#) on Sun, 17 Sep 2006 12:39:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ausdauersport ja, Krafttrainig senkt testo.

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [chris22](#) on Sun, 17 Sep 2006 13:58:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sportler haben erwiesenermaßen einen niedrigeren testosteronspiegel.

wenig schlaf erhöht logischerweise den fT spiegel, da wenig schlaf die insulinsensivität verschlechtert, dadurch steigt das freie testo an.

bei sportlern ist es genau so, durch ihre hohe insulinsensivität ist der fT im schnitt niedriger.

chris

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Unkreativer](#) on Sun, 17 Sep 2006 14:43:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie sieht das eigentlich mit dem Cholesterin aus? Aus Cholesterin wird ja Testosteron (oder auch Vitamin D3 oder Gallensalze) gebildet. Gibt es Studium, ob Menschen mit einem erhöhten Cholesterinwert auch einen erhöhten Testosteronwert haben?

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Raiders-Fan](#) on Sun, 17 Sep 2006 15:28:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sancho pansa schrieb am Son, 17 September 2006 14:29Hunter schrieb am Son, 17 September 2006 14:28gib mir studien oder einen link der mir das gegenteil beweist

Was bekomme ich dafür?

Ein höheres Ansehen hier.

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Gast](#) on Sun, 17 Sep 2006 15:35:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hunter schrieb am Son, 17 September 2006 17:28sancho pansa schrieb am Son, 17 September 2006 14:29Hunter schrieb am Son, 17 September 2006 14:28gib mir studien oder einen link der mir das gegenteil beweist

Was bekomme ich dafür?

Ein höheres Ansehen hier.

Das reicht mir nicht, damit kommen wir nicht ins Geschäft.

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [tvtotalfan](#) on Sun, 17 Sep 2006 15:44:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Unkreativer schrieb am Son, 17 September 2006 16:43Wie sieht das eigentlich mit dem Cholesterin aus? Aus Cholesterin wird ja Testosteron (oder auch Vitamin D3 oder Gallensalze) gebildet. Gibt es Studium, ob Menschen mit einem erhöhten Cholesterinwert auch einen erhöhten Testosteronwert haben?

Darauf sollte unbedingt eingegangen werden !!!
Wer weiss was dazu ?
Interessiert mich sehr !
und noch das: Verursachen Gallensalze Sodbrennen ?

@Sancho: Du schreibst in letzter Zeit auch viel unsinniges...

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Raiders-Fan](#) on Sun, 17 Sep 2006 15:52:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Seit er seine Pillen nicht mehr nimmt, ist er auf einer langsamen Reise in den Wahnsinn.

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [fuselkopf](#) on Sun, 17 Sep 2006 19:16:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hunter schrieb am Son, 17 September 2006 17:52 Seit er seine Pillen nicht mehr nimmt, ist er auf einer langsamen Reise in den Wahnsinn.

woher weißt du das? haste du studien? beweise? wenn ja, dann zeig sie mir.

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [Gast](#) on Sun, 17 Sep 2006 19:27:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenigstens mal jemand, der lesen kann und nicht verlangt, dass man ihm durch studien das Gegenteil beweist.

Subject: Re: Stimmt es das wenig Schlaf.....
Posted by [fuselkopf](#) on Sun, 17 Sep 2006 19:28:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

haja, genau das...
